



ATAGO

programma tecnico



ATAGO

programma tecnico

ジョルジョ オスカリ
M° Giorgio Oscari

*2022 REVISIONE: M° Michelangelo Oscari ミケランジェロ オスカリ
TRADUZIONE: Maya Yoshizawa 吉澤 摩耶 —GRAFICA: Eleonora Oscari

五級

ATAGO

programma tecnico

五級 5°kyū

TANDOKU DŌSA

Tai sabaki, Ukemi, Shikkō

SŌTAI DŌSA

Katate dori — Tai no henkō

kihon - ki no nagare

Katate dori aihanmi — Tai no henkō

kihon - ki no nagare

Morote dori — Kokyū hō *kihon*

立技 基本

TACHIWAZA KIHON

Katate dori aihanmi — Iriminage, Kotegaeshi, dai Ikkyō *omote - ura*,
Shihōnage *omote - ura*, Uchikaiten Sankyō

座技

SUWARIWAZA

Shōmenuchi — dai Ikkyō *omote - ura*

Ryōte dori — Kokyū hō



四級

ATAGO

programma tecnico

四級 4°kyū

TANDOKU DŌSA

Tai sabaki, Ukemi, Shikkō

SŌTAI DŌSA

Katate dori — Tai no henkō

kihon - ki no nagare

Katate dori aihanmi — Tai no henkō

kihon - ki no nagare

Morote dori — Kokyū hō *kihon*

立技 基本

TACHIWAZA KIHON

Shōmen uchi — dai Ikkyō *omote - ura*, dai Nikyō *omote - ura*,
Iriminage, Kotegaeshi, Shihōnage *omote - ura*

Katate dori aihanmi — dai Nikyō *omote - ura*

Katate dori — Shihōnage, dai Ikkyō, dai Nikyō | *omote - ura*

Sode dori — dai Ikkyō, dai Nikyō | *omote - ura*

Kata dori — dai Ikkyō, dai Nikyō | *omote - ura*

座技

SUWARIWAZA

Shōmen uchi — dai Ikkyō,
dai Nikyō | *omote - ura*

Ryōte dori — Kokyū hō

武器技

BUKIWAZA

合気杖 Aiki jō
10 JŌ NO SUBURI, Roku no jō

合気剣 Aiki ken
7 KEN NO SUBURI



参級

ATAGO

programma tecnico

参級 3°kyū

SŌTAI DŌSA

Katate dori — Tai no henkō *kihon - ki no nagare*

Katate dori aihanmi — Tai no henkō *kihon - ki no nagare*

Morote dori — Kokyū hō *kihon*

立技 基本

TACHIWAZA KIHON

Shōmen uchi — dai Ikkyō, dai Nikyō, dai Sankyō | *omote - ura*

Shōmen uchi kaiten — Sankyō *omote - ura*

Yokomen uchi — Iriminage irimi, Kotegaeshi tenkan, Udekiminage,
Shihōnage *omote - ura*

Tsuki — Udekiminage *omote - ura*, Kotegaeshi, Ikkyō *omote - ura*, Hijikimeosae *ura*

Katate dori — Uchikaitennage, Sotokaitennage

Ryōte dori — Udekiminage, Shihōnage *omote - ura*, Tenchinage,
Iriminage, Kotegaeshi, dai Ikkyō *omote - ura*

Kata dori — dai Sankyō *omote - ura*

座技

SUWARIWAZA

Shōmen uchi — dai Ikkyō,
dai Nikyō, dai Sankyō | *omote - ura*

Ryōte dori — Kokyū hō

武器技

BUKIWAZA

合気杖 Aiki jō
10 JŌ NO SUBURI, Hachi no jō

合気剣 Aiki ken
Migi no awase, Hidari no awase



弐級

ATAGO

programma tecnico

弐級 2°kyū

SŌTAI DŌSA

Katate dori — Tai no henkō *kihon - ki no nagare*

Katate dori aihanmi — Tai no henkō *kihon - ki no nagare*

Morote dori — Kokyū hō *kihon*

立技 基本 TACHIWAZA KIHON

Shōmen uchi — dai Ikkyō, dai Nikyō, dai Sankyō, dai Yonkyō | *omote - ura*

Yokomen uchi — dai Nikyō, dai Sankyō, dai Yonkyō | *omote - ura*

Sode dori — dai Ikkyō *omote - ura*, dai Nikyō, Kokyūnage

Sodeguchi dori — Kokyūnage

Morote dori — Ikkyō *omote - ura*, Nikyō *omote - ura*, Jūjinage

Ryōte dori — Uchikaitennage, Tenchinage, Iriminage, Kotegaeshi, Kokyūnage

後技 USHIROWAZA

Ushirowaza eri dori — dai Ikkyō *omote - ura*

Ushirowaza ryōte dori — dai Ikkyō *omote - ura*, Kotegaeshi, Iriminage

座技 SUWARIWAZA

Shōmen uchi — dai Ikkyō,
dai Nikyō, dai Sankyō | *omote - ura*

Ryōte dori — Kokyū hō

武器技 BUKIWAZA

合気杖 Aiki jō
13 NO JŌ KATA

合気剣 Aiki ken
Shihōgiri *taglio nelle 4 direzioni*,
Go no awase, Shichi no awase



壹級

ATAGO

programma tecnico

壹級 1°kyū

SŌTAI DŌSA

Katate dori — Tai no henkō *kihon - ki no nagare*

Katate dori aihanmi — Tai no henkō *kihon - ki no nagare*

Morote dori — Kokyū hō *kihon*

立技 基本

TACHIWAZA KIHON

Shōmen uchi — dai Ikkyō, dai Nikyō, dai Sankyō, dai Yonkyō | *omote - ura*,
dai Gokyō *ura*, Iriminage, Kotegaeshi, Koshinage

Yokomen uchi — dai Ikkyō, dai Nikyō, dai Sankyō, dai Yonkyō | *omote - ura*,
dai Gokyō *ura*, Iriminage, Kotegaeshi, Koshinage

Muna Dori — dai Ikkyō *omote - ura*, Shihōnage

Morote dori — dai Ikkyō, dai Nikyō, dai Sankyō | *omote - ura*,
Iriminage, Kotegaeshi, Koshinage

Ryōte dori — Iriminage, Kotegaeshi, Udekiminage, Kokyūnage, Kaitennage, Koshinage

Kata dori menuchi — dai Ikkyō, dai Nikyō, dai Sankyō, Shihōnage | *omote - ura*,
Iriminage, Kotegaeshi, Koshinage

後技

USHIROWAZA

Ushirowaza ryōkata dori — dai Ikkyō, dai Nikyō, dai Sankyō | *omote - ura*,
Kokyūnage, Kotegaeshi, Iriminage

U-za katate dori kubishime — dai Ikkyō *omote - ura*



座技
SUWARIWAZA

Shōmen uchi — dai Ikkyō, dai Nikyō,
dai Sankyō, dai Yonkyō | *omote - ura*

Ryōte dori — Kokyū hō

半身半立技
HANMI HANTACHIWAZA

Katate dori — Shihōnage *ura*,
Uchikaitennage

武器技
BUKIWAZA

合気杖 Aiki jō

20 JŌ NO SUBURI (jō suburi nijūppon):
Tsuki gohon 1~5, Uchikomi gohon 6~10, Katate sanbon 11~13,
Hassō gaeshi gohon 14~18, Nagare gaeshi nihon 19~20

13 JŌ NO KATA
31 JŌ NO KATA

Tsuki no awase 1-2-3-4-5-6-7 *kihon*

合気剣 Aiki ken

Happōgiri *taglio nelle 8 direzioni*



初段

ATAGO

programma tecnico

初段 shodan

TECNICHE DI PRESA E ATTACCO

La commissione può richiedere la corretta esecuzione delle seguenti prese e attacchi

Katate dori aihanmi, Katate dori gyaku hanmi, Sode dori,
Sode guchi dori, Kata dori, Muna dori, Morote dori, Ryōte dori, Ryōsode dori,
Ryōkata dori, Ushiro eri dori, Ushiro ryōkata dori, Ushiro ryōhiji dori, Ushiro ryōte dori,
Ushiro katate dori kubishime, Ushiro hagai jime, Shōmen uchi, Yokomen uchi,
Gyaku yokomen uchi, Tsuki, Kata dori menuchi

立技

TACHIWAZA

Katate dori — Tai no henkō *kihon - ki no nagare*

Katate dori aihanmi — Tai no henkō *kihon - ki no nagare*

Morote dori — Kokyū hō *kihon*

Shōmen uchi — dai Ikkyō, dai Nikyō, dai Sankyō, dai Yonkyō | *omote - ura*, dai Gokyō *ura*

TECNICHE DA ATTACCHI DIVERSI

Iriminage 3 *tecniche*, Kotegaeshi 3 *tecniche*, Shihōnage 3 *tecniche*,
Kaitennage 3 *tecniche*, Koshinage 3 *tecniche*, Kokyūnage 3 *tecniche*
kihon - ki no nagare

乱取

RANDORI

con 2 uke

座技

SUWARIWAZA

Ryōte dori — Kokyū hō



武器技
BUKIWAZA

合気杖 Aiki jō

20 JŌ NO SUBURI
(jō suburi nijūppon):

Tsuki gohon 1~5:

Choku tsuki

Kaeshi tsuki

Ushiro tsuki

Tsuki gedan gaeshi

Tsuki jodan gaeshi uchi

Uchikomi gohon 6~10:

Shōmen uchikomi

Renzoku uchikomi

Menuchi gedan gaeshi

Menuchi ushiro uchi

Gyaku yokomen ushiro tsuki

Katate sanbon 11~13:

Katate gedan gaeshi

Katate toma uchi

Katate hachi no ji gaeshi

Hassō gaeshi gohon 14~18:

Hassō gaeshi uchi

Hassō gaeshi tsuki

Hassō gaeshi ushiro tsuki

Hassō gaeshi ushiro uchi

Hassō gaeshi ushiro barai

Nagare nihon 19~20:

Hidari nagare gaeshi uchi

Migi nagare gaeshi tsuki

Happōtsuki *tsuki nelle 8 direzioni*

合気剣 Aiki ken

Happōgiri *taglio nelle 8 direzioni*

7 KEN NO SUBURI

(ken suburi nanahon):

Ichino suburi

Ni no suburi

San no suburi

Yon no suburi

Go no suburi

Roku no suburi

Shichi no suburi



弐段

ATAGO

programma tecnico

弐段 nidan

立技 TACHIWAZA

Katate dori — Tai no henkō *kihon - ki no nagare*

Katate dori — Tai no henkō *ki no nagare tenkan*

Morote dori — Kokyū hō 1° - 2° forma

Yokomen uchi — dai Ikkyō, dai Nikyō, dai Sankyō, dai Yonkyō | *omote - ura*, dai Gokyō *ura*

Shōmen uchi — Iriminage, Kotegaeshi, Shihōnage *omote - ura*, Kaitennage, Koshinage

Tsuki — Kotegaeshi, Koshinage

Ushirowaza — dai Ikkyō, dai Nikyō, dai Sankyō, dai Yonkyō | *omote - ura*,
Iriminage, Kotegaeshi, Shihōnage *omote - ura*

TECNICHE DA ATTACCHI DIVERSI

dai Ikkyō 3 *tecniche*, dai Nikyō 3 *tecniche*, dai Sankyō 3 *tecniche*, dai Yonkyō 3 *tecniche*,
dai Gokyō 3 *tecniche*, Iriminage 3 *tecniche*, Kotegaeshi 3 *tecniche*, Shihōnage 3 *tecniche*,
Kaitennage 3 *tecniche*, Koshinage 3 *tecniche*, Kokyūnage 3 *tecniche*
kihon - ki no nagare

乱取 RANDORI

con 2 uke

座技 SUWARIWAZA

Ryōte dori — Kokyū hō



武器技
BUKIWAZA

合気剣 Aiki ken

7 KEN NO SUBURI (ken suburi nanahon)

Happōgiri *taglio nelle 8 direzioni*

KEN NO AWASE: Migi no awase, Hidari no awase, Go no awase, Shichi no awase

KUMITACHI: Ki musubi no tachi, 1° e 2° kumitachi *kihon - awase*

合気杖 Aiki jō

20 JŌ NO SUBURI (jō suburi nijūppon)

Happōtsuki *tsuki nelle 8 direzioni*

Roku no jō
Hachi no jō

13 JŌ NO KATA
31 JŌ NO KATA

JŌ NO AWASE 7 forme *kihon - awase*

KUMI JŌ: 1° e 2° kumi jō *kihon - awase*

剣対杖 Ken tai jō

KEN TAI JŌ NO AWASE: Choku barai, Kaeshi barai, Kaiten barai

KEN TAI JŌ: 1° e 2° ken tai jō *kihon - awase*

武器取 Bukidori

Jō dori 3 *tecniche*, Tachi dori 3 *tecniche*, Tanken dori 3 *tecniche*



参段

ATAGO

programma tecnico

参段 sandan

立技

TACHIWAZA

Katate dori — Tai no henkō *kihon - ki no nagare*

Katate dori — Tai no henkō *ki no nagare tenkan*

Morote dori — Kokyū hō 1° - 2° - 3° forma

Shōmen uchi — dai Ikkyō, dai Nikyō, dai Sankyō, dai Yonkyō | *omote - ura - ki no nagare*,
dai Gokyō *ura - ki no nagare*

Yokomen uchi — dai Ikkyō, dai Nikyō, dai Sankyō, dai Yonkyō | *omote - ura - ki no nagare*,
dai Gokyō *ura - ki no nagare*, Iriminage *ki no nagare*, Kotegaeshi *ki no nagare*,
Shihōnage *omote - ura - ki no nagare*, Kaitennage *ki no nagare*, Koshinage *ki no nagare*

Tsuki — dai Ikkyō, dai Nikyō, dai Sankyō | *omote - ura - ki no nagare*,
Kotegaeshi *ki no nagare*, Koshinage *ki no nagare*, Hijikimeosae *ki no nagare*

Ushirowaza — dai Ikkyō, dai Nikyō, dai Sankyō, dai Yonkyō | *omote - ura - kihon*,
Iriminage, Kotegaeshi, Shihōnage | *ki no nagare*

乱取

RANDORI

con 2 uke

座技

SUWARIWAZA

Ryōte dori — Kokyū hō



武器技
BUKIWAZA

合気剣 Aiki ken

7 KEN NO SUBURI (ken suburi nanahon)

Happōgiri *taglio nelle 8 direzioni*

KEN NO AWASE: Migi no awase, Hidari no awase, Go no awase, Shichi no awase

KUMITACHI: Ki musubi no tachi, dal 1° al 5° kumitachi *kihon - awase*

合気杖 Aiki jō

20 JŌ NO SUBURI (jō suburi nijūppon)

Happōtsuki *tsuki nelle 8 direzioni*

13 JŌ NO KATA

31 JŌ NO KATA

7 TSUKI NO AWASE

13 JŌ NO KATA AWASE: Kumi jō dal 1° al 5° *kihon - awase*

剣対杖 Ken tai jō

KEN TAI JŌ NO AWASE: Choku barai, Kaeshi barai, Kaiten barai | *kihon - awase*,
KEN TAI JŌ: dal 1° al 5° ken tai jō *kihon - awase*

武器取 Bukidori

Jō dori *5 tecniche*, Tachi dori *5 tecniche*, Tanken dori *5 tecniche*

乱取
RANDORI

con 3 uke *difesa da jō, ken e tantō*



四段

ATAGO

programma tecnico

四段 yondan

立技 TACHIWAZA

Katate dori — Tai no henkō *kihon - ki no nagare*

Katate dori aihanmi — Tai no henkō *ki no nagare tenkan*

Morote dori — Kokyū hō da 1° a 5° forma

*dai Ikkyō, dai Nikyō, dai Sankyō, dai Yonkyō | *omote - ura - ki no nagare*
dai Gokyō | *ura - ki no nagare*

Shōmen uchi — da *dai Ikkyō a dai Gokyō,
Iriminage, Kotegaeshi, Shihōnage, Kaitennage, Koshinage | *ki no nagare*

Yokomen uchi — da *dai Ikkyō a dai Gokyō,
Iriminage *ki no nagare*, Kotegaeshi *ki no nagare*, Shihōnage *omote - ura - ki no nagare*,
Kaitennage *ki no nagare*, Koshinage *ki no nagare*, Kokyūnage *ki no nagare*

Tsuki — da *dai Ikkyō a dai Yonkyō,
Koshinage, Hijikimeosae | *ki no nagare*, Kokyūnage *omote - ura - ki no nagare*

Morote Dori — da *dai Ikkyō a dai Yonkyō,
Kotegaeshi, Koshinage, Jūjigarami | *ki no nagare*, Kokyūnage *omote - ura - ki no nagare*

Ryōte dori — da *dai Ikkyō a dai Yonkyō,
Iriminage, Kotegaeshi, Koshinage | *ki no nagare*,
Shihōnage, Kokyūnage | *omote - ura - ki no nagare*

Ushirowaza — da *dai Ikkyō a dai Yonkyō,
Iriminage, Kotegaeshi | *ki no nagare*, Shihōnage *omote - ura - ki no nagare*

乱取
RANDORI

con 4 uke

座技
SUWARIWAZA

Ryōte dori — Kokyū hō



武器技
BUKIWAZA

合気剣 Aiki ken

7 KEN NO SUBURI (ken suburi nanahon)

Happōgiri *taglio nelle 8 direzioni*

KEN NO AWASE: Migi no awase, Hidari no awase, Go no awase, Shichi no awase

KUMITACHI: Ki musubi no tachi, dal 1° al 5° kumitachi *kihon - awase*

合気杖 Aiki jō

20 JŌ NO SUBURI (jō suburi nijūppon)

Happōtsuki *tsuki nelle 8 direzioni*

13 JŌ NO KATA
31 JŌ NO KATA

7 TSUKI NO AWASE

13 JŌ NO KATA AWASE: Kumi jō *kihon - awase*
31 JŌ NO KATA AWASE: Kumi jō *kihon - awase*

KUMI JŌ dal 1° al 10° *kihon - awase*

剣対杖 Ken tai jō

KEN TAI JŌ NO AWASE: Choku barai, Kaeshi barai, Kaiten barai | *kihon - awase*,
KEN TAI JŌ: dal 1° al 5° ken tai jō + nage *kihon - awase*, 6° e 7° ken tai jō

武器取 Bukidori

Jō dori 6 *tecniche*, Tachi dori 6 *tecniche*, Tanken dori 6 *tecniche*

杖持投
JŌ MOCHI NAGE

乱取
RANDORI
con 3 uke *difesa da jō, ken e tantō*



五段

ATAGO

programma tecnico

五段 godan

立技 TACHIWAZA

Katate dori — Tai no henkō *kihon - ki no nagare*

Katate dori aihanmi — Tai no henkō *ki no nagare tenkan*

Morote dori — Kokyū hō da 1° a 5° forma

*dai Ikkyō, dai Nikyō, dai Sankyō, dai Yonkyō | *omote - ura - ki no nagare*
dai Gokyō | *ura - ki no nagare*

Shōmen uchi — da *dai Ikkyō a dai Gokyō,
Iriminage, Kotegaeshi, Shihōnage, Kaitennage, Koshinage | *ki no nagare*

Yokomen uchi — da *dai Ikkyō a dai Gokyō,
Iriminage *ki no nagare*, Kotegaeshi *ki no nagare*, Shihōnage *omote - ura - ki no nagare*,
Kaitennage *ki no nagare*, Koshinage *ki no nagare*, Kokyūnage *ki no nagare*

Tsuki — da *dai Ikkyō a dai Yonkyō,
Koshinage, Hijikimeosae | *ki no nagare*, Kokyūnage *omote - ura - ki no nagare*

Morote Dori — da *dai Ikkyō a dai Yonkyō,
Kotegaeshi, Koshinage, Jūjigarami | *ki no nagare*, Kokyūnage *omote - ura - ki no nagare*

Ryōte dori — da *dai Ikkyō a dai Yonkyō,
Iriminage, Kotegaeshi, Koshinage | *ki no nagare*,
Shihōnage, Kokyūnage | *omote - ura - ki no nagare*

Ushirowaza — da *dai Ikkyō a dai Yonkyō,
Iriminage, Kotegaeshi | *ki no nagare*, Shihōnage *omote - ura - ki no nagare*

乱取
RANDORI

con 4 uke

座技
SUWARIWAZA

Ryōte dori — Kokyū hō



武器技
BUKIWAZA

合気剣 Aiki ken

7 KEN NO SUBURI (ken suburi nanahon)

Happōgiri *taglio nelle 8 direzioni*

KEN NO AWASE: Migi no awase, Hidari no awase, Go no awase, Shichi no awase

KUMITACHI: Ki musubi no tachi, dal 1° al 5° kumitachi *kihon - awase* | 4 henka 2 per lato

合気杖 Aiki jō

20 JŌ NO SUBURI (jō suburi nijūppon)

Happōtsuki *tsuki nelle 8 direzioni*

13 JŌ NO KATA
31 JŌ NO KATA

7 TSUKI NO AWASE

13 JŌ NO KATA AWASE: Kumi jō *kihon - awase*
31 JŌ NO KATA AWASE: Kumi jō *kihon - awase*

KUMI JŌ: dal 1° al 5° *kihon - awase* | 1 variazione nage
dal 6° al 10° *kihon - awase*

剣対杖 Ken tai jō

KEN TAI JŌ NO AWASE: Choku barai, Kaeshi barai, Kaiten barai | *kihon - ki no nagare*,
KEN TAI JŌ: dal 1° al 5° ken tai jō + nage *kihon - awase*, 6° e 7° ken tai jō

武器取 Bukidori

Jō dori 6 *tecniche*, Tachi dori 6 *tecniche*, Tanken dori 6 *tecniche*

杖持投
JŌ MOCHI NAGE

乱取
RANDORI

con 3 uke *difesa da jō, ken e tantō*



段

ATAGO

modulo esame

段 dan

RICHIESTA PER IL GRADO

1 dan ☐ 2 dan ☐ 3 dan ☐ 4 dan ☐ 5 dan ☐

DATI CANDIDATO

Nome _____ Cognome _____

Luogo e data di nascita _____

Via _____ Città _____ CAP _____ Provincia _____

Cellulare _____ e-mail _____

DATI TECNICI

Dojo di appartenenza (nome e città) _____

Maestro _____

Data ultimo esame _____ Esito ultimo esame _____

Allegare al modulo d'esame la fotocopia del BUDOPASS con le date degli ultimi Stage Nazionali.

NOTE

Luogo e data

Firma



級

A T A G O

modulo esame

級 kyū

RICHIESTA PER IL GRADO

5 kyū ☐ 4 kyū ☐ 3 kyū ☐ 2 kyū ☐ 1 kyū ☐

DATI CANDIDATO

Nome _____ Cognome _____

Luogo e data di nascita _____

Via _____ Città _____ CAP _____ Provincia _____

Cellulare _____ e-mail _____

DATI TECNICI

Dojo di appartenenza (nome e città) _____

Maestro _____

Data ultimo esame _____ Esito ultimo esame _____

Allegare al modulo d'esame la fotocopia del BUDOPASS con le date degli ultimi Stage Nazionali.

NOTE

Luogo e data

Firma

